



## Programme Thérapie manuelle 10 J

**Séminaires à dominante pratique, axées sur l'approche différentielle tissulaire (test et corrections)**

### Séminaires à dominante pratique

Ces séminaires sont centrés sur l'approche différentielle tissulaire, visant à affiner la capacité d'évaluation clinique et de traitement à travers des tests spécifiques et des techniques correctrices adaptées. Chaque module alterne apports théoriques, démonstrations et mise en pratique, afin de permettre aux participants d'intégrer directement les outils dans leur pratique professionnelle.

---

#### Séminaire 1 : Le complexe lombo–pelvi–fémoral

Ce séminaire aborde de manière approfondie les dysfonctions du rachis lombaire, du bassin et de la hanche. L'accent est mis sur l'identification précise des tissus en souffrance (articulaires, musculaires, ligamentaires, discaux, nerveux) et sur l'application de techniques adaptées pour restaurer la mobilité, diminuer la douleur et optimiser la fonction.

#### Jour 1

- **Physiopathologie de la lombalgie (3h)** : analyse des principaux mécanismes douloureux, différenciation entre lombalgies spécifiques et non spécifiques, repérage des facteurs de chronicisation.
- **Tests cliniques et principes du traitement différentiel tissulaire (4h)** : présentation des grilles d'évaluation, apprentissage des tests discriminants permettant de cibler le tissu responsable, mise en perspective thérapeutique.

#### Jour 2

- **Pratique des tests sacro-iliaques (4h)** : exploration manuelle des mobilités sacro-iliaques et recherche des restrictions de mouvement.
- **Corrections sacro-iliaques (3h)** : mise en œuvre des techniques correctrices adaptées (myotensives, articulaires douces, mobilisations spécifiques).

#### Jour 3



- **Techniques myotensives de la région (4h)** : apprentissage des protocoles de relâchement musculaire visant les groupes impliqués dans la statique et la mobilité lombo-pelvienne.
- **Techniques de type Trigger Points (3h)** : application ciblée des techniques de déactivation des points gâchettes, avec transfert sur les douleurs projetées de la région.

#### Jour 4

- **Pratique des tests articulaires lombaires (3h)** : évaluation fine des articulations zygapophysaires lombaires, recherche des limitations segmentaires.
- **Corrections articulaires lombaires (4h)** : apprentissage progressif des mobilisations et manipulations adaptées, en respectant la sécurité et la physiologie articulaire.

#### Jour 5

- **Techniques discales lombaires (2h)** : principes de prise en charge conservatrice des troubles discaux, mobilisation et recentrage discal.
- **Techniques neurodynamiques appliquées au nerf sciatique et fémoral (3h)** : tests de mise en tension, mobilisation et libération des structures nerveuses.
- **Principes de renforcement musculaire et d'ergonomie rachidienne (2h)** : bases de la rééducation fonctionnelle, conseils d'hygiène posturale et prévention des récidives.

---

### Séminaire 2 : Le complexe scapulo-cervico-céphalique

Ce séminaire se consacre aux douleurs de la ceinture scapulaire et de la région cervicale, fréquemment rencontrées en pratique clinique. L'objectif est de fournir une démarche structurée pour évaluer, différencier et traiter les causes tissulaires des cervicalgies, scapulalgies et céphalées d'origine musculo-squelettique.

#### Jour 1

- **Physiopathologie de la scapulalgie et de la cervicalgie (3h)** : étude des principaux syndromes douloureux de la région, analyse biomécanique et clinique.
- **Tests cliniques et principes du traitement différentiel tissulaire (4h)** : méthodologie d'examen et application des grilles de diagnostic différentiel.

#### Jour 2

- **Pratique des tests de l'épaule et de la région cervicale (3h)** : exploration articulaire, tests spécifiques et mise en évidence des dysfonctions.
- **Techniques articulaires appliquées à la région (4h)** : apprentissage des mobilisations douces et correctrices pour la ceinture scapulaire et la colonne cervicale.



### Jour 3

- **Techniques myotensives de la région (4h)** : travail sur les chaînes musculaires responsables des douleurs et des raideurs.
- **Techniques de type Trigger Points (3h)** : traitement ciblé des douleurs référées cervico-céphaliques et scapulaires, avec intégration clinique immédiate.

### Jour 4

- **Pratique des tests et techniques neurodynamiques du membre supérieur (4h)** : évaluation des nerfs principaux (médian, radial, ulnaire), apprentissage des mobilisations neurodynamiques spécifiques.
- **Techniques discales cervicales (3h)** : mise en œuvre des techniques conservatrices adaptées aux pathologies discales cervicales.

### Jour 5

- **Principes de reconditionnement musculaire du complexe scapulo-cervical (4h)** : exercices spécifiques pour améliorer la stabilité et la fonction de l'épaule et du rachis cervical.
- **Renforcement musculaire et ergonomie rachidienne (3h)** : stratégies de prévention, conseils posturaux et intégration dans l'activité professionnelle et quotidienne.